



ENGAGEMENT MACHT STARK!

Infoletter 02/2010

Inhaltsverzeichnis

1. Aktuelles und Termine
2. Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer beantwortet vier Fragen zum bürgerschaftlichen Engagement
3. Starke Mädchen für Berlin

1. Aktuelles und Termine



Bundespräsident Horst Köhler übernimmt zum fünften Mal die Schirmherrschaft der Aktionswoche

Wir freuen uns sehr, dass Bundespräsident Horst Köhler in diesem Jahr erneut die Schirmherrschaft der Woche des Bürgerschaftlichen Engagements übernimmt. Mit der Übernahme der Schirmherrschaft durch den Bundespräsidenten wird die zentrale Bedeutung des bürgerschaftlichen Engagements für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft und damit unsere Lebensqualität in besonderem Maße gewürdigt.

Bestellen Sie weiterhin das Magazin „Engagement macht stark!“ und den Infolyer zur Aktionswoche 2010

Das neue Magazin „Engagement macht stark!“ und den Infolyer zur Aktionswoche 2010 können Sie weiterhin kostenlos bestellen!

Lesen Sie im aktuellen Magazin alles über die Aktionswoche 2009 und freuen Sie sich, u.a. auf Gastbeiträge von Rita Süßmuth, dem Autor Stefan Klein sowie auf ein Interview mit Dr. Eckart von Hirschhausen.

Die Woche des Bürgerschaftlichen Engagements findet in diesem Jahr vom 17. bis 26. September statt. Informieren Sie sich über diesjährige Aktionswoche in unserem Infolyer,

den Sie bestellen können oder als PDF-Dokument auf unserer Internetseite www.engagement-macht-stark.de herunterladen können.

Bestellung der Magazine und Infolyer unter:

- **online** über unser Bestellformular unter www.engagement-macht-stark.de
- per **E-Mail** an aktionswoche@b-b-e.de
- per **Telefon** 030 – 62980-124/126

Veranstaltungsdatenbank zur Aktionswoche 2010 ab Anfang Mai online

Die Aktionswoche bietet den Rahmen, um die Vielfalt des bürgerschaftlichen Engagements in Deutschland in der Öffentlichkeit sichtbar zu machen und eine Kultur der Anerkennung zu stärken. Unterstützen Sie daher die Woche des bürgerschaftlichen Engagements, indem Sie Ihre Aktion oder Veranstaltung in unsere Datenbank eintragen und auf diesem Weg die Aktionswoche mit Leben füllen!

Die eingetragenen Aktivitäten werden später – wie in den vergangenen Jahren auch – in einem Veranstaltungskalender auf der Website der Aktionswoche www.engagement-macht-stark.de veröffentlicht.

2. Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer beantwortet vier Fragen zum bürgerschaftlichen Engagement



Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer ist Gründer der Grönemeyer-Stiftung. Er beantwortete uns in diesem Monat vier Fragen zum bürgerschaftlichen Engagement.

Sie sind Stifter der Dietrich Grönemeyer-Stiftung und engagieren sich für eine gesunde Lebensweise von Kindern und Jugendlichen. Was motiviert Sie zu diesem Engagement?

Kinder bewegen sich im Schnitt nur noch eine Stunde am Tag und sitzen mehr als vier Stunden vor dem Fernseher oder Computer. Schon die Kleinsten haben Koordinationsprobleme und Haltungsschäden. Die ersten Bandscheibenvorfälle treten bereits bei Schulkindern auf. Hier müssen wir dringend gegensteuern, auch im Sinne von Prävention. Deshalb auch meine Forderung nach Gesundheitsunterricht an den Schulen und mindestens einer Stunde Schulsport täglich. Vor allem aber sollten die Kinder lernen, was der Körper braucht, und wie man damit umgeht, wenn er einmal nicht so funktioniert, wie man es gewohnt ist. Durch eine rein theoretische Wissensvermittlung wird oft eine Distanz

geschaffen. Ich stelle mir aber gerade einen spannenden Unterricht vor, der ohne erhobenen Zeigefinger auskommt und nicht nur Wissen vermittelt, sondern auch Spaß macht und Faszination und Interesse weckt. Kinder sollten gemeinsam lernen und begreifen, dass Fischstäbchen nicht im Meer schwimmen und Milch nicht aus der Tüte kommt. Deshalb fördert die Dietrich Grönemeyer Stiftung Aktivitäten rund um das Thema Gesundheitsunterricht. Mit dem hessischen Kultusministerium haben wir in einer gemeinsamen Initiative im Dezember letzten Jahres die ersten Jugendlichen als „Gesundheitsbotschafter“ ausgebildet, die ihr Wissen an Schulen tragen werden.

Ein weiteres großes Projekt der Stiftung ist das therapeutische Golfen mit den Programmen „Golf bewegt“ und „KidSwing“. Hierbei geht es darum, bewegungseingeschränkten Kindern und Erwachsenen das Golfen als komplementäre Therapiemethode anzubieten. Durch das Programm können beispielsweise querschnittsgelähmte Menschen durch einen speziellen, geländegängigen Stehrollstuhl in Augenhöhe mit anderen Jugendlichen und Erwachsenen spielerisch neue Bewegungsabläufe trainieren; das hat eine unglaubliche Wirkung, psychisch wie physisch.

Bürgerschaftliches Engagement spielt auch im medizinischen Bereich und in der Pflege eine wichtige Rolle. Welchen Beitrag kann bürgerschaftliches Engagement angesichts des demografischen Wandels in diesem Bereich leisten?

Schon jetzt fehlt in vielen Bereichen medizinisches Personal. Die „Alterspyramide“ wird die Situation verstärken. Der Bedarf an Unterstützung für Alzheimer-Patienten wird zunehmen. Die jetzige Situation macht deutlich, dass überall viel zu wenig Menschen in den medizinischen Einrichtungen tätig sind, als dass sie sich wirklich mit der gebotenen Zeit den einzelnen Menschen widmen könnten. Deshalb halte ich es einerseits für sehr begrüßenswert, wenn sich mehr Menschen ehrenamtlich engagieren. Und für Personen jenseits des Erwerbslebens kann bürgerschaftliches Engagement neue Perspektiven bieten – ganz besonders in der Kommunikation mit anderen Menschen, die ja für uns alle so lebensnotwendig und bereichernd ist, je älter wir werden.

Welche Bedeutung hat bürgerschaftliches Engagement, für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft? Und was würde passieren, wenn die 23 Millionen Engagierten in Deutschland „streiken“ würden?

Das wäre vielleicht so, als würden alle Mütter streiken

Was war Ihr größtes Glücksmoment im Zusammenhang mit Ihrem freiwilligen Engagement?

Das kann ich gar nicht so stark eingrenzen, weil ich mich da an viele schöne Momente und Situationen erinnere. Besonders stark berührt mich etwas immer dann, wenn ein Mensch, Kind oder Erwachsener, auf mich zukommt und sagt, er oder sie habe etwas verstanden, was er mitnimmt in seine konkrete Lebensgestaltung und Lebensplanung. Das ist ein wunderbarer Ansporn für mich.

3. Starke Mädchen für Berlin

Starke Mädchen für Berlin



Menschen helfen. Leben retten. Viele junge Mädchen möchten einen Beruf ergreifen, der diese Kriterien erfüllt. Trotzdem sind im Feuerwehr- und Rettungssanitätsdienst fast nur Männer vertreten. URBAN HERO ist angetreten, das zu ändern, und hilft jungen Mädchen aus Berlin ihren Traum wahr werden zu lassen.

Das Projekt URBAN HERO – STADTHELDIN wurde 2009 von BOXGIRLS INTERNATIONAL ins Leben gerufen. Das Ziel von BOXGIRLS INTERNATIONAL ist, jungen Frauen und Mädchen zu ermöglichen, die Gesellschaft und ihr unmittelbares Umfeld aktiv mitzugestalten und zu verbessern. Als Motor für diesen sozialen Wandel nutzt die Organisation Sport, vor allem Boxen. In Kooperation mit den Maltesern und mit wissenschaftlicher Begleitung durch Prof. Dr. Heather Cameron vom Lehrstuhl Integrationspädagogik der FU Berlin hat BOXGIRLS INTERNATIONAL mit URBAN HERO ein Projekt ins Leben gerufen, dass die Mädchen aktiv auf ihrem Weg zu einem Beruf bei Feuerwehr oder Rettungsdienst begleitet und sie gezielt auf die Aufnahmeprüfungen vorbereitet.

In diesen Aufnahmeprüfungen sind sportliche Fähigkeiten gefragt, die besonders bei Mädchen und Frauen meist nicht gefördert wurden. So scheitern viele an Übungen wie den gefürchteten Klimmzügen. Um diese meistern zu können, braucht es ein Training, das gezielt die Kraft in Armen und Oberkörper aufbaut. Genau solche spezifischen Kraftübungen sind jedoch auch heutzutage normalerweise nicht Bestandteil der Sportangebote, die sich an junge Mädchen und Frauen richten.

Starke Mädchen für Berlin

Die Zielgruppe von URBAN HERO – STADTHELDIN waren daher zunächst weibliche Teenager. Mädchen zwischen 14 und 18 Jahren sollten die Möglichkeit bekommen, ihre körperliche wie und mentale Fitness zu entwickeln. Mit Hilfe von Selbstverteidigung, Boxen, Klettern und Krafttraining erhalten sie einerseits die körperlichen Kompetenzen, die sie brauchen um den physischen Teil der Aufnahmeprüfung zu schaffen. Andererseits erleben sie – oft zum ersten Mal – bewusst ihre Stärke, entwickeln Strategien zur Problemlösung und Frustrationstoleranz und wachsen so auch psychisch. Ergänzende Erste Hilfe Kurse, Präsentations-Trainings und Mediens Schulungen vertiefen diese Lernprozesse. Hinzu kommen Einblicke in die Berufsfelder von Feuerwehr und Rettungsdienst am Beispiel von aktiven Rettungssanitäterinnen und Feuerwehrfrauen, die für die Mädchen wichtige Mentorinnen und Vorbilder sind. Auch hier schließt URBAN HERO eine Lücke in der Ausbildung von Teenagern. Immer noch gibt es zu wenig starke weibliche Rolemodels, an denen sich junge Frauen in den oft herausfordernden Jahren des Aufwachsens orientieren können.

Durch die Kooperation mit den Maltesern und die Arbeit an deren neuem Familienzentrum MANNA in Berlin Neukölln hat sich diese ursprüngliche Zielgruppe jedoch schnell erweitert. Die jüngeren Kinder waren so begeistert von URBAN HERO, dass es inzwischen am MANNA eine weitere Gruppe gibt, die aus Mädchen und einigen Jungen im Alter zwischen acht und

zwölf Jahren besteht. Das Training ist altersmäßig angepasst weniger intensiv und spielerischer, das Programm ist als ein laufender offener Kurs konzipiert, den die Mädchen und Jungen an den schulfreien Nachmittagen besuchen können. Der Sport hilft ihnen, die durch das lange Sitzen in der Schule angestauten Energien positiv umzusetzen. Nicht zuletzt deshalb wird das Angebot von URBAN HERO so freudig von den Kindern und ihren Eltern angenommen: In dem nachbarschaftlichem Umfeld des Familienzentrums fehlt es den Kindern an geeigneten Möglichkeiten zu toben und körperliche Grenzen auszutesten. Auch in dieser leicht modifizierten Version von URBAN HERO sind Erste Hilfe Kurse ein fester Programmpunkt. Sie sind so ausgerichtet, dass die Kinder das Erlernte in ihre Familien einbringen können. Die Familien aktiv einzubinden, ist ein weiterer Schwerpunkt der Arbeit.

Zur Zukunft berufen

Die „Großen“ trainieren wöchentlich im Boxcamp Kreuzberg, dem Sitz von BOXGIRLS BERLIN. Zusammen mit den Teilnehmerinnen von URBAN HERO – STADTHELDIN trainieren hier auch die Mitglieder des Schulsanitätsdienst der Malteser, einer Erste Hilfe-Ausbildung für Schüler. Zusätzlich zu dem wöchentlichen Boxtraining bei den Boxgirls Berlin vermitteln die Coaches von URBAN HERO den Mädchen in intensiven Wochenendworkshop die nötigen Fähigkeiten um sich erfolgreich bei Feuerwehr und Rettungsdienst zu bewerben.

In einem sicheren Rahmen können die Mädchen und jungen Frauen so bei URBAN HERO neue Situationen austesten und Kompetenzen entwickeln, die ihnen auch im Alltag oder dem Einstieg in jedes andere Berufsfeld helfen. Durch die Kooperation von URBAN HERO mit den Maltesern können die Teilnehmerinnen von den Erfahrungen professioneller Rettungssanitäterinnen profitieren. Eine Zusammenarbeit mit der Feuerwehr, die den Mädchen auch praxisnahe Einblicke aus dem Berufsalltag einer Feuerwehrfrau vermittelt, ist bereits in Vorbereitung. Die Rettungssanitäterinnen als lebensnahe Vorbilder zum Anfassen lassen die Mädchen erleben, dass ihr Traum Wirklichkeit werden kann. Sie zeigen den Mädchen auch die Schwierigkeiten auf, die ihnen auf ihrem Weg begegnen können und geben praxiserprobte Tipps, wie mit diesen am besten umzugehen ist.

Zusammen gewinnen: URBAN HERO Challenge

Am Ende jeder Projekteinheit steht ein Wettbewerb, der 2010 im September im Rahmen des Tags der offenen Tür des Familienzentrum MANNA stattfinden wird. Bei diesem zeigen die Mädchen sich und anderen, was sie alles gelernt haben. Sie beweisen auf einem Hindernisparcours mit Kletterwand, Löschübungen und Verletztenversorgung, dass Mädchen stark, engagiert, kompetent und mutig sind. Die prominent besetzte Jury kürt zum Schluss das Team, das in seiner Leistung als Team an diesem Tag am überzeugendsten war. Doch egal, wer schließlich gewinnt – wahre Stadtheldinnen sind die Mädchen zu diesem Zeitpunkt schon alle.

(von Lia Michael)

www.urban-hero.de
www.boxgirls.org

Diesen sowie alle bisherigen Infoletter können Sie sich auch als PDF-Datei auf unserer Homepage www.engagement-macht-stark.de unter der Rubrik Downloads/Rückblick & Archiv/Infoletterarchiv herunterladen.

Hrsg.: Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement, Kampagnenteam
V.i.S.d.P.: Dr. Ansgar Klein

Infoletter-Redaktion: Diana Ali, Franziska Bock, Erik Rahn, Julia Thürich, Ute Wiepel, Sabine Wolf

Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE)

Michaelkirchstraße 17/18
10179 Berlin

Tel: +49 (030) 62980 - 120

Fax: +49 (030) 62980 - 9183

E-Mail: aktionswoche@b-b-e.de

www.engagement-macht-stark.de

www.b-b-e.de

Träger des Kampagnenteams ist der Deutsche Verein für öffentliche und private Fürsorge e.V.